



Меню 9															
Утверждаю:					Дата: 13.03.2025					Согласовано:					
 Прием пищи, наименование блюда					Детский сад №					 Центрального района Волгограда					
					Ясли										Сад
					24 часа										
Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				180					180					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150				180					180					
БАТОН	50				30					30					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0				10					10					
Итого за прием пищи:	350	15,1	8,7	61,8	384,7	400	17,9	12,5	59,4	422,7	400	17,9	12,5	59,4	422,7
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180				200					200					
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30				50					50					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10				180/10					180/10					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130/5				150					150					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150				180					180					
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40				50					50					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0				20					20					
Итого за прием пищи:	515	13,5	19,5	62,3	528,9	640	26,9	19,9	86,8	668,8	640	26,9	19,9	86,8	668,2
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	130/50				150/50					150/60					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180				200					0					
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				50					50					
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	0				0					190/10					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	0				0					200					
Итого за прием пищи:	410	25,4	20,6	65,4	625,4	450	37,4	28,7	68,1	699,8	700	35,9	24,7	111,4	837,7
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0				0					180					
Итого за прием пищи:	0				0					180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		54,9	49	207,2	1614,1		83,2	61,3	233,9	1 874,7		86,8	61,7	284,2	2 104,5